ROK II. Nr. 18.

MŁODA MATKA

DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT SIEDMIU
POPIERANY PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

DRUGI ZESZYT WRZEŚNIOWY 1928 R.



TAK BYŁO NA KOLONJACH LETNICH

O TAK ZWANYCH PRZYPRAWKACH W DJETETYCE DZIECI

W skład pożywienia powinny wchodzić następujące składniki pokarmowe: białko, węglowodany, tłuszcze, woda, sole i witaminy. Aby jednak były one dobrze wchłaniane i przyswajane, trzeba aby dzieci spożywały je „z apetytem". Bardzo dokładne badania wykazały, że wrażenia wzrokowe, smakowe i węchowe nie są bez wpływu na mechanizm trawienia. Pod wpływem apetycznego wyglądu lub zapachu jedzenia — wzmaga się wydzielanie soku żołądkowego, co nie pozostaje bez znaczenia dla lepszego trawienia i przyswajania pokarmów.

Sztuka kulinarna oddawna nauczyła się przyrządzać potrawy w sposób urozmaicony i wzbudzający apetyt. Poza różnym sposobem przyrządzania potraw, kuchnia posługuje się w tym celu różnemi przyprawami, które, nie posiadając żadnej, lub niewielką tylko wartość odżywczą, — poprawiają smak lub zapach niektórych mdłych pokarmów, a przez to ułatwiają ich spożywanie i przyswajanie. Kwestja ta jest aktualną już dla dzieci w drugim roku życia.

Do przypraw właściwych należy: szereg roślin aromatycznych, jak naprz.: wanilja, cynamon, anyżek, szafran, kminek, pietruszka, cebula, gwoździki, czosnek, liście laurowe, i t. p. Prócz tego — pieprz, musztarda, chrzan, ocet, kawa, herbata, sól. skórka pomarańczowa i cytrynowa

Do przypraw ze względu na smak zalicza się także cukier, miód, kakao, czekoladę. Nie należy jednak zapominać, że cukier przedewszystkiem jest niezbędnym pokarmem z grupy węglowodanów, a więc powinien stanowić niezbędny składnik odżywiania dziecięcego.

Jakie znaczenie mają przyprawy w djetetyce dzieci, i czy należy je dzieciom podawać?

Ogólnie biorąc, ustrój dziecka niezbyt potrzebuje przypraw; dziecko odbiera wszystkie wrażenia b. intensywnie, a więc już nieznaczne odchylenia w smaku i zapachu pokarmów stanowią dla niego wystarczający bodziec smakowy. Dzieci, które chętnie i dobrze jedzą odpowiednie dla ich wieku pokarmy, nie należy przyzwyczajać do intensywniejszych przypraw, szczególnie, że niektóre z nich zawierają składniki szkodliwe.

Lecz w obawie przed przyprawami, „kwasami" i t. p. nie należy wpadać w przesadę i układać djetę dziecka zbyt monotonnie pod względem smakowym. Odnosi się to szczególnie do dzieci „trudnych w odżywianiu", dzieci które nie chcą jeść, nerwowych, mizernych. Należy liczyć się z tem, że dziecko może mieć wstręt nieprzezwyciężony do pewnych pokarmów, naprz. mleka, a chętnie jadać potrawy dorosłych.

Wtedy matka lepiej uczyni, jeżeli zamiast forsować nielubianą kaszkę lub mleko, lub podawać krople na apetyt — ułoży menu dziecka w sposób urozmaicony i dogadzający „chęci do jedzenia".

W tym celu należy zastanowić się jakie przyprawy można dawać dziecku bez szkody, a jakich należy unikać.

Omówimy najpierw przyprawy właściwe, które nie są pokarmami. Przeciwko dodawaniu do legumin dziecięcych niewielkich ilości wanilji i cynamonu nic nie można powiedzeć. Nieszkodliwemi są także — kminek, anyżek, pietruszka, koper, skórka pomarańczowa i cytrynowa, cebulka. Natomiast nie należy dzieciom dawać: kawy prawdziwej, mocnej herbaty, octu, pieprzu, musztardy, chrzanu. Solić należy umiarkowanie.

Co do kawy prawdziwej, należy zrobić zastrzeżenie. Jak wiadomo zawiera ona kofeinę, środek podniecający serce i układ nerwowy. Do stałego użytku w wieku dziecięcym zupełnie nie nadaje się, lecz dzieciom ciężko chorym, gorączkującym, osłabionym, apatycznym, nie rzadko podanie kawy prawdziwej, jako środka krzepiącego, jest b. pożądane.

Przechodząc do tych przypraw, które są jednocześnie pokarmami, trzeba zauważyć, że na cukier należy zapatrywać się przedewszystkiem, jak na pokarm, i to pokarm niezbędny. U dzieci wyniszczonych, mizernych, o ile lubią potrawy słodzone, nie można nic mieć przeciwko większemu słodzeniu potraw, gdyż cukier przyczynia się do przyrostu wagi. Obawa przed cukrem, jako środkiem fermentującym w jelitach, jest mocno przesadzoną. Naturalnie mówimy o cukrze czystym. Natomiast wszelkie cukierki, ciastka i t. p. mogą wywołać zaburzenia jelitowe, gdyż często zawierają różne olejki i tłuszcze roślinne, lub zjełczałe zwierzęce.

Miód należy dawać ostrożnie. Czasami jest on cennym środkiem, gdyż zawiera witaminy i ma działanie trochę rozwalniające. Nadaje się przeto u dzieci, skłonnych do zaparcia. Niektórzy jednak nie znoszą miodu, mogą zjawiać się po nim pokrzywki i t. p. Trzeba więc najpierw przekonać się, jak dziecko miód znosi.

Kakao i czekolada, zawierają w swym składzie białko, tłuszcze, węglowodany. W połączeniu z mlekiem uważane są za dobry pokarm dla dzieci. Bez zastrzeżeń nie można z tem się zgodzić. Kakao i czekolada zawiera znaczny odsetek teobrominy (środek podniecający, podobny do kofeiny) i kwasu szczawiowego. Przeciwwskazane jest więc u dzieci artretycznych, nerwowych, podnieconych. Czekolada w swym składzie prócz kakao, zawiera cukier i tłuszcze roślinne. W większych ilościach wywołuje brak łaknienia, może wywołać zaburzenia żołądkowo - jelitowe. Wobec tego lepiej unikać systematycznego podawania czekolady i kakao, szczególnie w nadmiernej ilości.

Widzimy więc, że nic nie stoi na przeszkodzie, aby urozmaicać menu dla dzieci, a nawet dodawać niektóre

przyprawy. Są dzieci naprz., które chętnie jedzą pokarmy kwaśne. Można używać, jako przyprawy, bez żadnej obawy, soku cytrynowego, lub pomidorów. Dzieciom chorym również można podawać herbatę z cukrem, zakwaszoną sokiem cytrynowym.

Postępując w ten sposób można nie rzadko lepiej zaradzić na „uporczywy brak łaknienia“ u dziecka opychanego mlekiem i jajami, niż za pomocą leków. Przez urozmaicenie menu dziecka i lepsze kulinarne przyrządzanie potraw można osiągnąć dużo w djetetyce dzieci wątłych. Słusznie bowiem głosi b. stary aforyzm, że „ten dobrze leczy, kto umiejętnie odżywia“.

Dr. J. Wiszniewski.

SŁÓW KILKA O HIGJENIE NARZĄDU WZROKU NOWORODKA I NIEMOWLĘCIA

Już w łonie matki narządowi wzroku przyszłego noworodka grozi szereg niebezpieczeństw. Dzieje się to przez wpływy dziedziczne lub na skutek chorób ogólnych rodziców, szczególniej zaś matki.

Wrodzone wady wzroku, jak wysoka krótkowzroczność, zaćmy wrodzone (katarakty) i inne cierpienia oczu często się dziedziczą. Wpływy zaś dziedziczności najczęściej zaznaczają się w przypadkach małżeństw między bliskimi krewnymi.

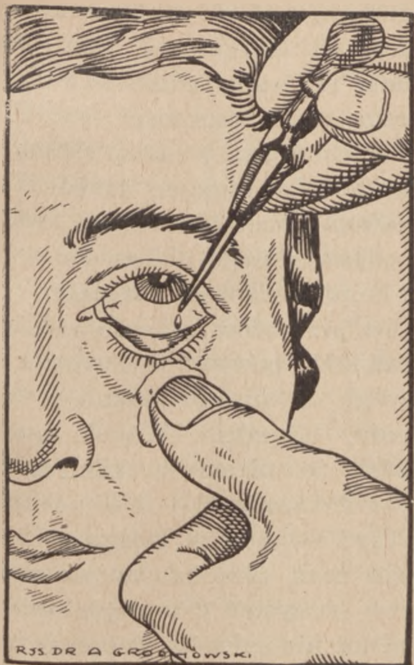
Choroby ogólne rodziców — a szczególnie kiła (syfilis) — już od najwcześniejszego wieku mogą się udzielać potomstwu i często bardzo w następstwie prowadzą do ślepoty. Zresztą, nie należy też zapominać, że mało odporny ustrój dziecka w 1-szym roku życia przez zetknięcie z choremi rodzicami łatwiej ulega zakażeniu i tem, po większej części, objaśnić należy częste zarażanie się noworodka śluzoropotokiem rzeżączkowym, a niemowlęcia zołzami i jaglicą.

Od pierwszych więc dni współżycia przyszli rodzice zrobić mają wszystko, by ich potomstwo było zdrowe i miało zdrowy i sprawny narząd wzroku.

Osoby z dużemi i jednakiemi wadami wzroku, szczególnie wysoką krótkowzrocznością, powinny, o ile możności, unikać łączenia się w związek małżeński. Osoby chore na kiłę w interesie potomstwa winny przedtem leczyć się starannie i, nim pomyślą o wstąpieniu w związki małżeńskie, powinny zasięgnąć porady doświadczonego lekarza.

Zresztą sprawa ta jest rzeczywiście, trudna do rozwiązania i dlatego słusznie za szczęście poczytywane być winno urodzenie się ze zdrowych rodziców.

Po urodzeniu dziecka pamiętać należy, żeby nic z bielizny, pościeli i ręczników, używanych przy poro-



Rys. 1. Zakraplanie do oka

dzie dla matki nie było stosowane do ocierania i obmywania noworodka, a szczególnie jego głowy, twarzyczki i oczu.

Nie wolno też zmywać twarzy noworodka wodą, w której się myło jego ciałko. Dalej, o ile niema bezwzględnej pewności, że matka nie miała upławów, to konieczne jest jednorazowe zakroplenie do worka spojowego każdego oka noworodka po 2 krople roztworu 2% lapisu. Poza tem każde, choćby niewielkie, zaczerwienienie i ropienie spojówek, każde zaciskanie i zalepianie się oczu noworodka wzbudzić powinno naszą uwagę.

Zakraplanie kropli do oczu wykonuje się w sposób następujący: prawą ręką bierzemy kroplomierz i po nabraniu kropli z wysokości 2—3 cm. wyciskamy 2 — 3krople na odsłoniętą zapomocą palców wskazującego i średniego lewej ręki, spojówkę dolnej powieki. (Patrz rys. 1).

Prócz zakraplania w śluzoropotoku i ostrych nieżytach spojówki zaleca się co 2 — 3 godziny przemywanie oczu zapomocą wód ocznych. Najczęściej do przemywania oczu stosuje się roztwór 1 : 1000 sublimatu, lub też i cjanku rtęci. Świeży i czysty wacik zmaczamy w danym roztworze i wyciskamy ponad okiem, jednocześnie rozwierając ostrożnie palcami drugiej ręki szparę powiekową. Głowa dziecka ma być przytem przechylona nieco w tył, by płyn nie ściekał do ust, lub nosa dziecięcia, i w stronę przemywanego oka, by płyn nie przeciekał do szpary powiekowej drugiego oka. Prócz tego, by niepotrzebnie nie zmoczyć dziecka lekiem, dobrze jest obok główki od strony przemywanego oka założyć większy kawałek waty, lub ligniny.

Do przemywania i do zakraplania wystarcza ułożenie noworodka i niemowlęcia w poduszce, lub w łóżeczku. Dziecko starsze, które już się broni i przeszkadza w oglądaniu oka, do zabiegów leczniczych potrzebuje ułożenia głowy na kolanach, stosującego lek. Wówczas ciało, ręce i nogi trzyma druga osoba. Zwracać należy uwagę, by stopy dziecka nie miały oparcia, gdyż wtedy tylko dziecko nie będzie w stanie się szarpać. (Patrz rys. 2).

Wreszcie pamiętać należy, że oka nie wolno nigdy naciskać palcami przy badaniu, gdyż oko zdrowe ła-

two tym sposobem uszkodzić, a owrzodzone niebacznym uciskiem można nieraz zupełnie wycisnąć.

Niewolno też do przemywania oczu stosować leków zbyt silnych, gdyż mogą one też sparzyć oko.

Oka ropiejącego nie trzeba zawiązywać, zawiązywanie bowiem utrudnia odpływ ropy i może znacznie pogorszyć cierpienie.

Nim przystąpimy do opatrzenia chorego oka, powinniśmy umyć starannie ręce — czynimy to dla chorego. Po opatrzeniu powinniśmy znów ręce umyć — tym razem i dla własnego bezpieczeństwa.

Światło słońca jest nieodzownym warunkiem życia. Jednak oko i dziecka i dorosłego powinno być zawsze dostatecznie osłonięte, by nie ulec uszkodzeniu przez światło. Wiemy, że soczewka wypukła, ustawiona w odległości ogniskowej, może wypalić dziurę w ubraniu. Oko ma wewnątrz soczewkę wypukłą i soczewka ta od siatkówki jest zwykle ustawiona w odległości ogniskowej. Stąd zrozumiałe, że bezpośrednie światło słoneczne może zaszkodzić oku. Dlatego noworodkom i niemowlętom należy główkę osłaniać przed silnem światłem słonecznem, czy to zapomocą odpowiedniego ubioru głowy, czy też budki wózka, lub łóżeczka.

Do przesądów zaliczać należy uzależnianie powstawania zeza u niemowląt od nieodpowiedniego ustawienia łóżeczka. Wogóle pamiętajmy, że niemowlę kilka miesięcy po urodzeniu (3 — 4 do pół roku), ćwiczyć się musi w korzystaniu z obojga oczu, nim nauczy się prawidłowo korzystać z narządu wzroku. Stąd też nie dziwota, że nieraz wyda się nam, że patrzy ono zezem.

Również przesądne może jest przypuszczenie, że zawieszanie nad łóżeczkiem niemowlęcia przedmiotów drobnych i jaskrawych ma sprowadzać zez; jednak lepiej blizko t. j.



Rys. 2. Oględziny dziecka niespokojnego.

bliżej, jak na ½ metra nic nie wieszać, a to ze względu, by nie narażać oczu niemowlęcia na niepotrzebne zmęczenie.

Wreszcie słów kilka o urazach oka niemowlęcia. Nie należy przedewszystkiem dopuścić by niemowlę samo dłuższemi paznogietkami, lub jakimśkolwiek przedmiotem mogło sobie zranić oko — w razie jednak tego nieszczęścia, pamiętajmy, że zadraśnięcie oka może być jeszcze połączone z zakażeniem, i dlatego w każdym przypadku lepiej udać się do specjalisty, który od początku leczenie skieruje na właściwą drogę.

Ciała obce z worka spojówki zazwyczaj udaje się wydobyć czystym wacikiem, zwilżonym w przegotowanej wodzie — w żadnym jednak wypadku nie należy pozwalać na wylizywanie ich. Wstrętny ten zwyczaj, praktykowany, niestety, wśród naszego ludu, niejednego zapewne zaraził kiłą!

Zdrowe oko zwykle w dostatecznym stopniu zwilżają łzy i dlatego nie należy nigdy bez potrzeby nalewać wody do worka spojówkowego dziecka — podobnie jak niepożądane jest nalewanie wody do przewodu słuchowego. Należy się ograniczyć do przemywania powiek od czasu do czasu nawarem z rumianku — podczas gdy niemowlę instynktownie zaciska szparę powiekową. Poza tem wszelkie przemywania oczu najlepiej robić tylko wtedy, kiedy je zalecił specjalista.

Doc. Dr. Melanowski.



NIE CAŁUJMY DZIECI

Nie całujcie dzieci, jeśli im dobrze życzycie. Często wyrządzacie im krzywdę, przyprawiając je o chorobę. Człowiek, zwłaszcza starszy, w ustach gardle i nosie przechowuje masę bakteryj, częstokroć chorobotwórczych. Gdy mówi lub co gorsza kicha czy kaszle, wyrzuca w powietrze mnóstwo drobniutkich kropelek śliny. W tych kuleczkach śliny czy śluzu z nosa zawsze znajdują się najrozmaitsze drobnoustroje. Czasem nieszkodliwe, często jednak chorobotwórcze t. j. takie, które mogą wywołać chorobę, gdy dostaną się do ustroju dziecięcego. Mogą to być zarazki wywołujące katar, zapalenie płuc, grypę, odrę, płonicę (szkarlatynę), błonicę (dyfteryt), gruźlicę i cały szereg innych chorób.

Z badań nad szerzeniem się gruźlicy wiadomo, że gdy chory na gru-

źlicę mówi — powietrze przed nim, mniej więcej na odległość metra jest przepełnione prątkami. Jeszcze dalej sięgają kropelki śliny, a wraz z niemi prątki, gdy chory na gruźlicę kichnie lub kaszlnie! W ten sam sposób roznoszą się i inne choroby, o których wspomniałem, a śród nich najczęściej katar nosa. Ten katar, który jest tem groźniejszy, im mniejszego dotyczy dziecka. Dla niemowlęcia katar jest ciężką chorobą, która nie pozwala mu swobodnie ssać ani oddychać i która często przechodzi w zapalenie płuc. Nawet u kilkuletnich dzieci katar nosa może pociągnąć za sobą kilku lub kilkunastodniowy kaszel, niekiedy zaś poważniejszą i dłuższą chorobę gardła czy płuc.

Jeśli zatem przy mówieniu, kichaniu i kaszlu roznoszą się bakterje, to cóż dopiero przy całowaniu, które, gdy jest bardzo „szczere", przenosi nie mikroskopijne kropelki śliny, ale ślinę często gołem okiem widoczną.

Wobec tego ci nawet rodzice, którzy stale stykają się ze swem dzieckiem, powinni uważać, by zbytnią czułością nie narazić swego dziecka na chorobę. Jeśli zaś sami rodzice, służąca lub ktoś z domowego otoczenia ma katar i chce zbliżyć się do dziecka lub koło niego coś chce zrobić, niech lepiej zaopatrzy się w zasłonę na nos i usta. Zasłona taka może być zrobiona z gazy złożonej kilka razy, lub z innego materjału. Zasłona kształtu prostokąta powinna zasłaniać twarz od dolnych brzegów oczu przez nos i usta aż na szyję. Do każdego kąta jej należy przywiązać lub przyszyć tasiemkę lub grubą nitkę. Dwie górne nitki przechodzą ponad uszy; wiąże się je na tylnej części głowy. Dolne obejmują szyję i wiąże się je z tyłu na szyi. Podobne zasłonki na nos i usta zakładają sobie chirurdzy przed zabiegami operacyjnemi, by przy mówieniu nie zakażać np. otwartej jamy brzusznej.

Dodać jeszcze należy, że przy całowaniu można zarazić dziecko jakąś chorobą oczną, zwłaszcza tak rozpowszechnioną jaglicą.

A zatem pamiętajmy: nie całujmy niepotrzebnie naszych dzieci, nie całujmy zupełnie dzieci znajomych i krewnych. Gdy sami mamy katar, a chcemy pójść do dzieci, to załóżmy sobie w domu wyżej wspomnianą zasłonkę, na spacerze zaś, gdy mówimy do dzieci, zasłaniajmy sobie usta chusteczką do nosa, względnie ręką. W tym ostatnim przypadku tylko lewą (tą, której nie podajemy przy witaniu się).

Dr. S. M.



OD REDAKCJI.

Od dnia 16 września r. b. począwszy na całym terenie Rzeczypospolitej „Polski Komitet Opieki nad Dziećmi“ organizuje „TYDZIEŃ DZIECKA“, którego celem jest rozbudzenie w naszem społeczeństwie zrozumienia dla spraw dotyczących dzieci i młodzieży, oraz uświadomienie ogółu o obowiązku otoczenia opieką wszystkich bez wyjątku dzieci. Redakcja „Młodej Matki“ łącznie z „Polskim Komitetem Opieki nad Dziećmi“ wydała numer specjalny „Młodej Matki“, który zawiera skrót wiadomości niezbędnych dla każdej matki, pragnącej starannie wychować swe dziecko w okresie życia do lat 7-iu.

Numer ten będzie szeroko kolportowany, by mógł trafić do wszystkich środowisk w których wzrastają dzieci.

Nasze stałe prenumeratorki numer ten otrzymują jako bezpłatne premjum.



WYCHOWANIE CZŁOWIEKA

WPŁYW DOMU*).

Na temat powyższy możnaby jeszcze powiedzieć niezmiernie wiele, ale wobec szczupłości miejsca trudno się zbyt rozwodzić, tembardziej, że celem naszym jest tylko danie matkom inicjatywy w pewnym kierunku. Jednej strony zagadnienia nie wolno jednak pominąć, mianowicie wpływu atmosfery domu rodzinnego na wychowanie człowieka, gdyż jest ona w tym względzie zasadniczą i rozstrzygającą, a więc niemal jednym z najważniejszych czynników pedagogicznych.

Mówiliśmy o tem, że dziecko od początku musi być ujęte w karby

*) Praktyczne rozwinięcie wielu zasad wychowania człowieka znajdą czytelniczki w książce dla młodzieży E. Amicisa — „Serce“.

systematyczności i ładu, ale to jest możliwe tylko w domu, w którym wszystko odbywa się spokojnie, celowo i na czas. Natomiast tam, gdzie jest nieład, dużo hałasowania, niecelowych zabiegów i nie w swojej porze, tam i wychowanie dzieci nie może być inne. W takich warunkach nie pomoże nawet najostrzejsze upominanie i karcenie; jeśli dokoła niema odpowiedniego przykładu dla dzieci, będą one zawsze pełne nieładu nazewnątrz i w sobie.

Dziecko uczy się najłatwiej, przyswaja sobie najgłębiej to wszystko, na co patrzy od najwcześniejszego dzieciństwa, wbrew temu, czego go uczą, lub o czem mu prawią morały. Jakże dziecko wychować w zamiłowaniu do pracy, skoro np. matka uważa pracę za zło konieczne, chciałaby tylko się bawić, ładnie ubierać i to za właściwy cel życia uważa, w innym wypadku znowu, choć może sama pracą przemęczona, nie ma dla ludzi pracy najmniejszego poszanowania, np. służącą traktuje źle, bez jakichkolwiek względów dla jej godności ludzkiej i t. d. Jakże dziecko ma się nauczyć miłości ludzi, współczucia dla nich — skoro najlepszych przyjaciół i znajomych w domu niemiłosiernie się obmawia, skoro sądzi się ich ostro, bezwzględnie, a samemu popełnia w następnej chwili te same, innym wytykane błędy. Jakże dziecko ma żyć w zgodzie z innymi, skoro w domu matka kłóci się ze służącą, rodzice nie krępują się, przy dzieciach ostre sobie robią wymówki i t. d. Jakże dziecko ma ukochać ideały, skoro w domu myśli się tylko o rzeczach najbardziej materjalnych i zewnętrznych, o dobrobycie lub karjerze, zdobytej mniej lub więcej godziwym sposobem.

Można dzieciom wiele mówić rzeczy najpiękniejszych, można od nich wymagać cnót najbardziej wzniosłych, można im dogadywać lub moralizować przy każdej sposobności, ale nie uzyska się nic, jeśli atmosfera domu jest wręcz przeciwna wymaganiom, które się stawia dzieciom jedynie, a samemu nigdy nie wypełnia.

Dziecko ma oczy szeroko otwarte na to wszystko, co się dokoła niego dzieje i ma swoją nieubłaganą logikę w wyciąganiu z tego wniosków. Pozatem natura dziecka jest naśladowczą przedewszystkiem, więc naśladując swoje otoczenie, upodabnia się do niego. Oddychając ciągle atmosferą swego środowiska, dziecko bezwiednie nią się przejmuje i ona nadaje duchowy koloryt jego istocie. Każdemu chyba rzuca się w oczy, jak nędzne i blade jest dziecko chowane w suterenach, bez słońca i powietrza. Ale nikt nie zwraca uwagi na to, jak źle wygląda dusza dziecka, nawet chowanego w dobrobycie, jeśli oddycha nieodpowiednią atmosferą domową.

Władysław Mickiewicz, kreśląc wspomnienia ze swej młodości, opowiada, że dzieci arystokratycznej rodziny rosyjskiej, które ojcie bił codziennie, raz zapytały swoich rówieśników na wizycie: „A o której godzinie bije was ojciec?". A jabym mógł był zapytać — dodaje Władysław Mickiewicz — o której noszą

część swego obiadu przyjaciołom, nie mającym co do ust włożyć.

Określenie o dzieciach „z dobrego domu“ nie jest bez uzasadnienia. Tylko, że pod tym „dobrym domem“, nie należy koniecznie rozumieć domu zamożnego, lub rodzinę ustosunkowaną lub znaną. Taki „dobry dom“ może być nawet w najuboższej suterenie, jeśli atmosfera domu jest czysta, przepełniona miłością wzajemną, miłością pracy, ludzi i ukochaniem spraw ogólnych. Jak szczęśliwe są dzieci, których rodzice nietylko potrafią zwracać uwagę na wszystko, co jest dobre i piękne dookoła, na to, co jest istotną treścią życia, poza zewnętrznym blichtrem; ale jeśli te dzieci we wszystkiem dobrem mają żywy przykład w domu rodzicielskim. Taki „dobry dom“ jest istotnym „klejnotem rodzinnym“, to jest najlepsze, co można swoim dzieciom przekazać.

Taki dom kochają nietylko dzieci małe, ale i dorastające, są do niego przywiązane i najchętniej w nim przybywające, do siebie ściągając kolegów i koleżanki. Gdyby było dużo takich domów, w których czystej atmosftrze dobrze i swobodnie jest dzieciom i ich rówieśnikom, napewno rodzice mniej mieliby powodu do narzekania, że synowie i córki żyją tylko poza domem, w swojem wyłącznem towarzystwie, uważając dom jedynie za miejsce, gdzie można się przespać lub zjeść o każdej porze, bez żadnych dalszych zobowiązań. Troskliwi i kochający rodzice powinniby dbać o to, aby pojęcie domu kojarzyło się w umyśle dziecka ze wszystkiem najlepszem i najmilszem, a wtedy młode pokolenie napewno tylu rozrywek poza domem nie będzie szukało.

Ale jakże trudno znaleźć takie środowisko dziś, gdy dom i rodzina są prawie zupełnie rozbite. Nie mówimy o tej ogromnej rzeszy robotniczej, gdzie ognisko rodzinne musiało wygasnąć, bo matka zmuszona do pracy za domem, zostawia dzieci na łasce sąsiadów lub ulicy. Dla tego mnóstwa dzieci wydziedziczonych sprawa wychowania musi być ujęta zupełnie inaczej — od strony wielkich zmian i nowych a celowych urządzeń społecznych. Mówimy tu jedynie o domach i rodzinach, które nominalnie jeszcze istnieją. W tych domach znaczenie rodziców prawie zupełnie istnieć przestało, a istnieć przestało nie bez winy rodziców samych.

Dawniej rodzice mieli surowe, tradycją uświęcone znaczenie — ich wola była dla dzieci święta. Później dzieci się rodzicom przeciwstawiały, walczyły z nimi i dyskutowały, chcąc ich nawrócić na swoją nową wiarę. Ideały dzieci były bowiem inne od ideałów ojców. Dziś ani ojcowie ani dzieci ideałów przeważnie nie mają. O ile rodzice troszczą się o „wychowanie“ dzieci, to tylko w sprawach jak najbardziej zewnętrznych; miłość ich objawia się zbyt często jedynie w „dogadzaniu“ dzieciom — a jak już poprzednio wykazaliśmy — to jest dla uzyskania wzajemności dzieci drogą chyba najgorszą. Rodzice dziś w życiu dzieci mają przeważnie małe znaczenie, są

jakby na bok usunięci, a dzieci dorastające zupełnie się z nimi nie liczą. Rodzice są wobec tego bezradni, bezsilni, nieraz głęboko zmartwieni, a przeważnie utyskujący na młode pokolenie. Zapominają jednak o tem, że w dużej mierze ponoszą sami winę takiego stanu rzeczy, gdyż poza utrzymaniem i tem wszystkiem, co się z niem wiąże, pod każdym innym względem dają dzieciom tak mało, że dzieci nawet nie stać na miłość i trochę względów dla rodziców.

Nie każdy ma talent pedagogiczny — to prawda, — ale poza świadomem i celowem wychowaniem jest jeszcze nieustający wpływ domu, od którego dziecko uchylić się nie może, którego niezatarte ślady pozostają na całe życie, a tradycja przechodzi na następne pokolenie. O tem rodzice powinni pamiętać i uświadomić sobie, że mogą mieć tylko takie dzieci, na które sami zasłużyli.

Rozalja Altenberg.



„KRZYŚ JEST NIEGRZECZNY CHŁOPAK"

Z NOTATNIKA MATKI.

Krzyś jest jedynakiem, skończył trzy lata i jest nieznośnym chłopcem. Jest tak niegrzeczny i nieposłuszny, że trudno dać sobie z nim radę. Przed każdym spacerem krzyczy i jest wściekły — nie chce wychodzić z domu, potem nie chce wracać do domu, w czasie najlepszej zabawy zaczyna złościć się, rzucać zabawki, tupie nogami i robi dzikie awantury.

Niania jest surowa dla Krzysia— często gniewa się i ostrym głosem mówi:

— Jesteś wstrętny, nieznośny chłopak.

— Frania sama jest wstrętna i nieznośna — odcina się Krzyś i zabiera się do bicia Frani.

Takie rozmowy powtarzają się codziennie. Postanowiłam być dla Krzysia bardzo surową i mymagającą. Gdy zaczynał awantury, brałam go spokojnie za rękę i zamykałam w drugim pokoju „aż się wykrzyczy". Bałam się jak ognia rozpieszczania dziecka. Gdy był nieznośny — podnosiłam głos i mówiłam surowym tonem:

— Przestań krzyczeć, mama nie może kochać takiego niegrzecznego chłopca.

To nie skutkowało, Krzyś był niegrzeczny i nieposłuszny i z dnia na

dzień było coraz gorzej. Z ust nie schodziło mu słowo „nie“, w stosunku do całego otoczenia przybierał postawę kłótliwą i wojowniczą.

Któregoś wieczoru wgramolił się na krzesło i garściami zaczął wyjadać cukier z cukiernicy, stojącej na stole. Ojciec odsunął Krzysia rączkę i powiedział:

— Tak palcami nie wolno!

— Wolno — zdecydował spokojnym tonem Krzyś i znowu zanurzył w cukiernicy słodkie, oblizane palce.

Wówczas ojciec krzyknął tak ostro i tak głośno, jak na Krzysia jeszcze nigdy nie krzyczano! Efekt był piorunujący. Palce otworzyły się same, ręka nie dojechała do ust i cukier rozsypał się w pół drogi na obrus. Krzyś zrobił minę serjo i otworzył szeroko oczy. Patrzał na ojca trochę z ciekawością i trochę nieufnie. Ale po chwili ściągnął brwi i uroczystym tonem oznajmił:

— Jak na tatusia wezmę kija i dam tatusiowi lanie... — Potem zlazł z krzesła i wyszedł do drugiego pokoju.

Wtedy zdecydowałam, że pójdę z Krzysiem do poradni pedologicznej. Już nie mogłam znosić jego niegrzeczności, nie mogłam słuchać głosu niani, która od rana do nocy powtarzała „nieznośny, niegrzeczny chłopak“. System, polegający na surowem postępowaniu z Krzysiem — zawiódł całkowicie . Obawiałam się jednak, czy niegrzeczność Krzysia nie ma takich źródeł, które wypatrzeć są jedynie w stanie objektywne oczy lekarza-pedagoga.

Pani dr. R. w poradni pedologicznej zaczęła rozmowę z Krzysiem od spraw wielkiej dla niego wagi — od klocków. Krzyś był nastraszony i nieufny. Najpierw nie odchodził od moich kolan, a potem, nagle zaczął się wszystkiem interesować i owemi klockami, i obrazkami na ścianie, i panią doktór i wszystkiem, wszystkiem. Odpowiadał na zapytania, uśmiechał się najprzyjaźniej w świecie, zapomniał o swojem „nie“ i o swojej niegrzeczności i dopiero wtedy, gdy trzeba było kończyć wizytę i wracać do domu, zrobił swoją niezadowoloną upartą minkę i rzucił ostro „nie trzeba iść“!

A wynik naszej wizyty?

Absolutna zmiana metod postępowania z Krzysiem. „Musi Pani“ mówiła dr. R. „całkowicie zarzucić surowy i ostry sposób postępowania. Tu konieczny jest ton stanowczy — ale łagodny, w razie nieposłuszeństwa spokojna perswazja — ale nigdy ostry nakaz, nie krzyczeć, nie gniewać się — raczej nie zwracać uwagi, raczej udawać, że się nie dostrzega jego awantur“.

Czułam, że Pani doktór podoba się w Krzysiu jego wojownicza postawa wobec świata i ludzi, że nie chce jej w Krzysiu siłą łamać, że chce znaleźć takie drogi postępowania, które potrafią nie zubożać charakteru ale kształtować, urabiać.

Po głębokim namyśle postanowiłam zmienić nianię, zaangażowałam do Krzysia wychowawczynię o charakterze łagodnym i bardzo równym. Krzysia otoczyła inna atmosfera. Już nikt nie mówił do niego

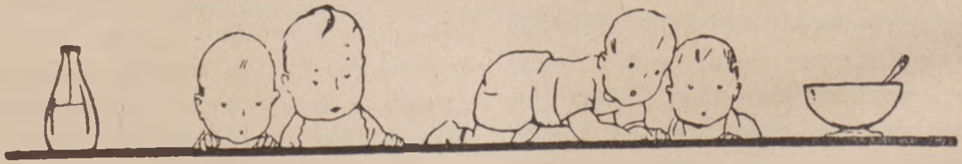
surowym tonem „nieznośny, niegrzeczy chłopak“, I w tej atmosferze roztopiła się Krzysia niegrzeczność, znikło owo słowo „nie“, które dawniej co chwila wybuchało z pasją, Krzyś nie jest niczyjem strapieniem.

Tak oto zmiana metody stała się szczęśliwym punktem zwrotnym w życiu dziecka. Źródło zła — było nie w dziecku — ale w ustosunkowaniu się starszych do dziecka, w ich wadliwym systemie wychowawczym, źle przystosowanym do psychiki dziecka.

W pół roku po owej wizycie w poradni pedologicznej byłam świadkiem nowej „awantury“ Krzysia. Byto tak. Krzysia przyjaciel, siedmioletni góral z Podhala, Józek, brał wały od swego starszego, piętnastoletniego brata. — Józek ryczał i bronił się „pazdurami“, ale Ignac był silniejszy, więc lanie było rzetelne. Wówczas Krzyś zrobił się czerwony jak burak, chwycił leżący kij, z miną groźną rzucił się na Ignaca, i w porywie oburzenia i z szaloną pasją zaczął okładać plecy bijącego.

I wtedy doznałam uczucia wielkiej radości, wielkiej niewysłowionej radości, że nie przytępiłam w mojem dziecku odwagi przeczenia i przeciwstawiania się silniejszym.

W. P.



KUCHNIA DZIECIĘCA

BUDYŃ Z RYŻU.

Wziąć:
70 gr. (14 łyż. od herb.) ryżu;
¼ l. wody;
20 gr. (4 łyż. od herb.) masła;
50 gr. (10 łyż. od herb.) cukru;
1 gr. (szczyptę) soli;
½ gr. sody oczyszczonej;
1 jajko.

1. Wsypać ryż do rondelka i sparzyć go wrzącą wodą.

2. Wodę odlać, sparzyć go powtórnie i znów wodę odlać.

3. Następnie zalać ryż 1½ szklanką wody, postawić na wolnym ogniu i gotować do zupełnego rozgotowania.

4. Gdy ryż jest zupełnie rozgotowany i utworzy papowatą masę, przetrzeć go przez sito.

5. Oddzielić żółtko od białka.

6. Żółtko rozetrzeć do białości z 20 gr. masła i 50 gr. cukru.

7. Wymieszać papkę ryżową z roztartem żółtkiem.

8. Białko ubić na sztywną pianę, do której dodać po ubiciu 1 gr. soli kuchennej i ½ gr. sody oczyszczonej.

9. Białko wlać do papki ryżowej i wszystko razem dokładnie wymieszać.

10. Całą mieszaninę wlać do formy budyniowej, którą szczelnie zamknąć i włożyć do garnka z wodą.

11. Gotować przez godzinę.

Budyń ryżowy używamy w ten sam sposób, co i budyń z mąki pszennej t. j.:

1) przecieramy go przez sito;
2) mieszamy z płynami.

Uwaga:

Powyższy budyń jest stosowany w tych przypadkach, gdy lekarz z jakichkolwiek powodów wycofuje z djety dziecka mleko krowie. Rozumie się, że budynie mogą być podane niemowlętom wyłącznie na zlecenie lekarza.

Lucyna.

ODPOWIEDZI NA LISTY RODZICÓW

1) **Pani Marji Kenig:** Nie pisze Pani, ile stołeczków dziennie ma Jej synek. Nie sądzimy jednak, aby kilka wolnych, a nawet i zielonych stołeczków stanowiło o zdrowiu małego, który, jak sama Pani powiada, jest karmiony piersią, ma doskonały humor, dobrze przybywa na wadze i waży obecnie jako 6-miesięczne dziecko 8½ kilo. Pokarm Pani nie jest „zaciężki“. Podejrzewamy raczej, że ma go Pani zadużo, co może powodować nawet lekkie przekarmianie dziecka. W chwili obecnej synek Pani wszedł w okres, kiedy jedno karmienie trzeba mu zamienić na kaszkę i jarzyny. Dla ostrożności lepiej niech o tem zadecyduje lekarz, który zbada dziecko.

2) **Pani St. Jakubowskiej:** Uważamy 10-miesięcznego synka Pani na podstawie podanych wymiarów za dobrze zbudowanego. Obawy Pani co do zbyt dużej główki są niezupełnie usprawiedliwone, gdyż synek Pani i inne wymiary posiada wyższe niż normalne dziecko. W djecie jego radzimy zrobić jedną zmianę — kaszę mannę dać na wodzie z masłem zamiast na mleku, względnie inne jedzenie mleczne zamienić na porcję kaszy.

3) **Pani Izabeli Jahnowej z Chojn:** 4-miesięczna córeczka Pani powinna dostawać 6 jedzeń. Naogół dzieci przy pokarmie znoszą zupkę Czerny‘ego zupełnie dobrze. Cukier może być stosowany zwykły. Wietrzna pogoda nie powinna być przeszkodą dla spaceru dziecka. Spacer może śmiało trwać 4 — 5 godzin. Dlaczego córeczka Pani nie podnosi jeszcze główki, trudno jest odpowiedzieć, gdy nie widzi się dziecka.

4) **Pani J. Małachowskiej:** Postępowanie z dzieckiem nerwowem wymaga od matki dużo dobrej woli, cierpliwości, łagodności, a równocześnie umiejętności. Naszem zdaniem rózga sprawy nie poprawi. Z moczeniem się dziecka należy walczyć tylko na drodze wychowawczej. Półtoraroczny synek Pani do nacierań zimną wodą jest jeszcze zbyt mały.

SPROSTOWANIE

W numerze dwutygodnika „Młoda Matka“ wydanym z okazji „Tygodnia Dziecka“ w ogłoszeniu firmy **M. Alberti** adres winien brzmieć — **Warszawa, Marszałkowska Nr. 129.**

Środki lecznicze i spożywcze, reklamowane w dziale ogłoszeniowym naszego pisma, drukujemy tylko po uzyskaniu uprzedniej decyzji lekarza, redaktora „Młodej Matki”.

Redakcja i Administracja: Górnośląska 20, tel. 401-24.
Konto P. K. O. 14555.

Prenumeratę „Młodej Matki“ przyjmują wszystkie księgarnie i urzędy pocztowe w kraju oraz Administracja pisma w Warszawie, ul. Górnośląska 20.

Cena prenumeraty „Młodej Matki“: w Warszawie i na prowincji (z przesyłką pocztową)—miesięcznie 1 złoty,—kwartalnie 2 zł. 70 gr.

Cena ogłoszeń: wewnętrzne strony okładki: 1 strona 150 zł., ½ strony 75 zł., ¼ strony 40 zł. ostatnia strona i za tekstem o 50% drożej.

Wydawca E. Grocholska. Redaktorzy: Dr. R. Barański i W. Pełczyńska.

Drukarnia „Kobiety Współczesnej‘, Marszałkowska 148.

PAŃST. SZKOŁA ZAWODOWA ZEŃSKA W GRODNIE
PROJEKT BAŁDYZANKI NAUCZ. RYS. S. ZYWAR

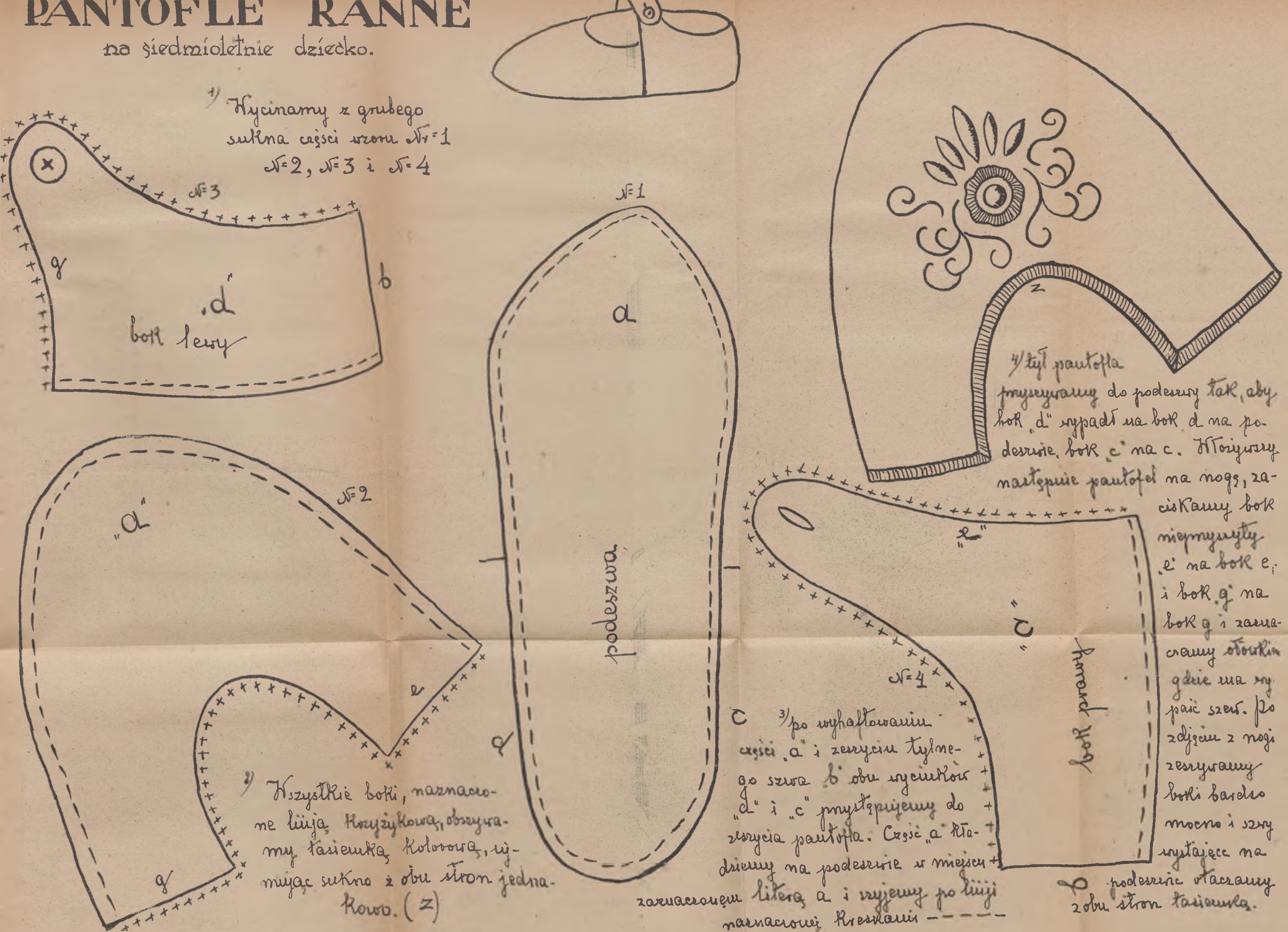


Dodatek do N-ru 18.
Dwutygodnika
„Młoda Matka”

HAFTOWANE SCIEGIEM WODNYM
I SUPEŁKAMI

PANTOFLE RANNE

na siedmioletnie dziecko.



1) Wycinamy z grubego sukna części wzoru № 1, № 2, № 3 i № 4

2) Wszystkie boki, naznaczone linją krzyżykową, obszywamy tasiemką kolorową, ujmując sukno z obu stron jednakowo. (z)

3) po wyhaftowaniu części „a" i zszyciu tylnego szwa „b" obu wycinków „d" i „c" przystępujemy do zszycia pantofla. Część „a" kładziemy na podeszwie w miejscu zaznaczonem literą a. i szyjemy po linji naznaczonej kreskami – – – –

4) tył pantofla przyszywamy do podeszwy tak, aby bok „d" wypadł na bok d na podeszwie, bok „c" na c. Wkładamy następnie pantofel na nogę, zaciskamy bok niezszyty „e" na bok e, i bok „g" na bok g i zaznaczamy szpilkami gdzie ma wypaść szew. Po zdjęciu z nogi zeszywamy boki bardzo mocno i szwy wystające na podeszwie otaczamy z obu stron tasiemką.